

Zależności między potrzebą seksualną a wyznacznikami aktywności seksualnej

Relations between sexual need
and determinants of sexual activities

Wiesław Ślósarz

Zakład Psychologii Klinicznej Instytutu Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego

Strzeszczenie

Wstęp. Celem pracy była analiza natężenia potrzeby seksualnej oraz zależności między nią a innymi czynnikami wpływającymi na aktywność seksualną, do których należą: oczekiwania wobec związku małżeńskiego, satysfakcja z życia seksualnego, akceptacja seksualności własnej i partnera/partnerki oraz częstość współżycia. Ponadto, autor przedstawia różnice seksualności kobiecej i męskiej w zakresie opisanych zagadnień.

Materiał i metody. Badaniem objęto 200 słuchaczy studiów zaocznych wrocławskich szkół wyższych; grupę badaną stanowiły osoby pozostające w związkach małżeńskich, w wieku 25–40 lat. Zastosowano skalę Mell-Krata w opracowaniu Z. Lwa-Starowicza, kwestionariusz Oczekiwań wobec Ról w Małżeństwie M. Braun-Gałkowskiej oraz listę Interakcji Seksualnej J. LoPiccolo i J.C. Stegera.

Wyniki i wnioski. Wyniki przeprowadzonych badań wskazują na ogólnie wysoki poziom potrzeb seksualnych oraz na wyższy poziom tych potrzeb u kobiet. Autor sugeruje, że źródłem tego jest niezdolność zaspokojenia potrzeb seksualnych podczas stosunku płciowego. Potrzeby seksualne korelują z poziomem oczekiwań seksualnych wobec małżeństwa, samoakceptacją w sferze seksualności oraz z częstością i osiąganą satysfakcją z własnej aktywności seksualnej. Różnice między płciami polegają głównie na większym u kobiet wzroście potrzeb seksualnych wraz ze wzrostem oczekiwań wobec związku małżeńskiego, przy jednoczesnym przesunięciu na plan drugi norm moralnych.

Słowa kluczowe: aktywność seksualna, potrzeby seksualne

Abstract

Introduction. The present paper concerns the determination of the level of sexual need and relations between it and other factors directly influencing sexual activity, i.e. expectations from marriage, sexual satisfaction, acceptance of one's own sexuality and one's partner, frequency of sexual activity and pleasure. Also the differences between genders regarding the level of such relations is discussed.

Material and methods. An anonymous questionnaire was given to part-time students of Polish universities. Investigations included an anonymous population of 200 part-time students of Wrocław, Poland, universities and academies. The group consisted of married persons in the age range of 25 to 40 years. The basic research method were: Mell-Krat scale by Z. Lew-Starowicz, the list of Marital Expectations by M. Braun-Gałkowska, and the Sexual Interaction inventory by J. LoPiccolo and J.C. Steger.

Results and conclusions. The main scores show that the general high level of sexual need was higher in the female group than in the male. It is suggested that this may result from an inability to satisfy needs during intercourse. Sexual need correlates positively with the assessment of sexual expectations from marriage, self-acceptance in the sexual sphere, frequency and pleasure resulting from sexual activities. The differences between gender are based mainly on the fact that in the female group the increase in sexual need corresponds with the rise of sexual expectations from marriage and a simultaneous decline in the importance of moral principles.

Key words: sexual activity, sexual need

Adres do korespondencji:

Wiesław Ślósarz

Instytut Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego

ul. Dawida 1, 50-527 Wrocław

e-mail: dr@seksuolog.pl

www.seksuolog.pl

Nadesłano: 19.05.2003

Przyjęto do druku: 24.06.2003

Wstęp

Potrzebę seksualną określa się jako właściwość organizmu polegającą na okresowym powstawaniu napięcia psychofizycznego, możliwego do zredukowania dzięki podjęciu czynności seksualnych, których konsekwencją jest satysfakcja seksualna. Potrzeba ta składa się z elementów biologicznych, związanych z wydzielaniem hormonów płciowych, oraz psychospołecznych, obejmujących procesy warunkowania i uczenia się. Istotne staje się określenie poziomu potrzeby seksualnej oraz możliwych elementów, które się z nią wiąże.

Celem pracy było określenie natężenia potrzeby seksualnej oraz zależności (korelacji) między nią a czynnikami bezpośrednio związanymi z życiem seksualnym, czyli: oczekiwaniami seksualnymi w małżeństwie, brakiem satysfakcji seksualnej, samoakceptacją na płaszczyźnie seksualnej i akceptacją przez partnera, częstością realizacji czynności seksualnych i płynącą z tego przyjemnością oraz akceptacją bodźców seksualnych. Dodatkowo omówiono różnice między płciami na poziomie omawianych zależności. Określenie tych związków umożliwia pełniejsze poznanie życia seksualnego człowieka i elementów, które się z nim bezpośrednio wiąże.

Materiał i metody

Anonimowym badaniom kwestionariuszowym poddano 200 studentów, zaocznych słuchaczy wyższych uczelni wrocławskich. Do grupy badanej należały osoby w wieku 25–40 lat, pozostające w związkach małżeńskich. Podstawowe metody badawcze obejmowały: Skalę Mell-Krata i Skalę bodźców seksualnych według Lwa-Starowicza [1], Listę oczekiwań od małżeństwa Braun-Gałkowskiej [2] oraz Wykaz interakcji seksualnych LoPiccolo i Stegera [3].

Wyniki

Natężenie potrzeby seksualnej określono na podstawie Skali Mell-Krata [1]. W tym celu autor wykorzystał odpowiedzi badanych na 2 pierwsze pytania oceniane w skali 0–4 punktów. Pytanie 1. dotyczyło

chęci do współżycia (odpowiedzi: 0 — niechęć; 1 — nie muszę go mieć, nie potrzebuję; 3 — potrzebuję; 4 — mam silne potrzeby), pytanie 2. — potrzeby współżycia [odpowiedzi: (gdyby to zależało od moich chęci, gdybym miał(a) warunki, odpowiadałoby mi): 0 — nigdy, najwyżej raz na rok; 1 — kilka razy w roku, najwyżej raz na miesiąc; 2 — kilka razy na miesiąc, najwyżej raz na tydzień; 3 — dwa razy lub częściej na tydzień; 4 — codziennie, kilka razy dziennie].

Natężenie potrzeby seksualnej w grupie ogółem oraz w grupie kobiet i mężczyzn

W grupie ogółem nasilenie potrzeby seksualnej (wynik średni) wynosi 5,73 punktu (maks. liczba pkt. możliwych do uzyskania — 8). Porównując wyniki w grupie kobiet i mężczyzn wykazano, że poziom potrzeby seksualnej wśród kobiet jest wyższy niż u mężczyzn (tab. 1).

Próbą wyjaśnienia tych ciekawych zależności są opinie psychologów i seksuologów na temat biologicznych i psychologicznych wyznaczników życia seksualnego. Obuchowski [4] zwraca uwagę, że napięcie seksualne, które powstaje w organizmie, może być zredukowane tylko wtedy, gdy się je prawidłowo rozpozna oraz zostaną wyuczone sposoby jego redukcji. Imieliński [5], podkreślając interakcje czynników konstytucjonalnych i psychospołecznych w rozwoju seksualizmu kobiety — aż do zdolności przeżywania orgazmu, koncentruje się na czynniku czasu i czynniku związanym z koniecznością uzyskania „impulsu z zewnątrz”. Czynnik czasu jest ostatecznym elementem determinującym orgazm, natomiast wspomniany „impuls”, pomagający kobiecie odkryć własne reakcje seksualne, wiąże się z oddziaływaniem partnera seksualnego. Odczucia seksualne kobiety podczas stosunku płciowego, a więc możliwości zaspokojenia potrzeby seksualnej, według Imielińskiego całkowicie zależą od partnera. Dopełnieniem tych poglądów są wnioski z badań Mastersa i Johnson [6], którzy stwierdzili, że szybkość dochodzenia do szczytowania w czasie masturbacji jest taka sama u kobiet, jak u mężczyzn. Natomiast w momencie współżycia kobiety potrzebują znacznie więcej czasu. W świetle przedstawionych opinii wyższy poziom potrzeby seksualnej u kobiet wynikałby z braku umiejętności jej zaspokojenia podczas kontaktu płciowego. Sytuacja

Tabela 1. Skala Mell-Krata: średnia ocen w pytaniach dotyczących nasilenia potrzeby seksualnej w grupie kobiet i mężczyzn

Średnia w grupie ogółem	Średnia w grupie mężczyzn (A)	Średnia w grupie kobiet (B)	Różnica (A – B)	t — test	Istotność różnic
5,730	5,400	6,060	0,660	4,33	+

t krytyczne = 1,98

taka w pewnych szczególnych warunkach może prowadzić do rozwoju tendencji autoerotycznych i zaburzeń więzi między partnerami [7].

Zależności między potrzebą seksualną a oczekiwaniami seksualnymi od małżeństwa

Grupa ogółem

Braun-Gałkowska [2] wyróżnia 40 oczekiwań, jakie ludzie mają wobec małżeństwa. Badani oceniali każde z nich pod względem częstości w 3-punktowej skali: 1 punkt — dane oczekiwanie nie występuje u mnie wcale; 2 punkty — oczekiwanie występuje u mnie w małym stopniu; 3 punkty — oczekiwanie występuje u mnie w dużym stopniu. Autorka podzieliła oczekiwania na 5 grup: emocjonalne, partnerstwa, opiekuńcze, seksualne i materialne. Z punktu widzenia niniejszej publikacji, autora interesowało określenie zależności między potrzebą seksualną a oczekiwaniami seksualnymi.

Oczekiwania seksualne traktowane łącznie dodatkowo korelują z potrzebą seksualną, co wskazuje na ważne funkcje, jakie spełnia małżeństwo w procesach jej zaspokajania. Przegląd zależności między poszczególnymi oczekiwaniami seksualnymi a potrzebą seksualną sugeruje, że koreluje ona dodatkowo z większością oczekiwań oprócz: możliwości życia zgodnie z zasadami moralnymi (27), zewnętrznej atrakcyjności partnera (28), wyłączności praw seksualnych do partnera (30).

Grupa kobiet i mężczyzn

— analiza porównawcza

Brak zależności między oczekiwaniami seksualnymi traktowanymi łącznie (25–32) a potrzebą seksualną w obu grupach. Szczegółowe korelacje między omawianą potrzebą a poszczególnymi oczekiwaniami pozwalają uściślić opisywane zależności. W grupie mężczyzn nie ma żadnych związków między potrzebą seksualną a kolejnymi oczekiwaniami od małżeństwa. W grupie kobiet, u których potrzeba seksualna dodatkowo koreluje z oczekiwaniami seksualnymi związanymi z uregulowanym życiem seksualnym (25), zadowoleniem z życia seksualnego (26), zaspokojeniem potrzeb seksualnych (29) i swobodą seksualną bez potępienia społecznego (32), wystąpiła również ujemna korelacja między potrzebą seksualną a możliwością życia seksualnego zgodnie z zasadami moralnymi (32). Dane te wskazują, że u kobiet wysokiemu poziomowi potrzeby seksualnej odpowiadają wysokie oczekiwania seksualne od małżeństwa, przy czym istnieje również możliwość ich realizacji w układach pozamałżeńskich. Jest to ciekawy wynik, szczególnie w odniesieniu do promiskuityzmu [8–11] (tab. 2).

Zależności między potrzebą seksualną a skalami opisującymi przystosowanie seksualne

Grupa ogółem

Wykaz interakcji seksualnych LoPiccolo i Stegera [3] składa się z 17 form zachowań heteroseksualnych. Dla każdej z nich przewidziano 6 odpowiedzi, ujętych w 6-stopniowej skali. Analiza wyników pozwala określić natężenie następujących czynników związanych z przystosowaniem seksualnym: brak satysfakcji, samoakceptacja, akceptacja przez partnera, osiągnięta przyjemność. Każdy z tych czynników skorelowano z potrzebą seksualną. Obliczono również zależności między potrzebą seksualną a częstością realizacji czynności seksualnych traktowanych łącznie (suma odpowiedzi na pytanie 1: Jak często w sytuacji zaangażowania się wraz z partnerem w działanie o charakterze seksualnym realizujesz daną czynność oraz między potrzebą seksualną a poszczególnymi typami aktywności, tj. pieszczotami ogólnymi [czynności nr 1–7], manualno-genitalnymi [nr 8–11], oralno-genitalnymi [nr 12–15] i samym stosunkiem [nr 16–17]).

Wyniki są następujące: wraz ze wzrostem potrzeby seksualnej rośnie samoakceptacja i poziom osiągniętej przyjemności. Ponadto, omawiana potrzeba dodatkowo koreluje z częstością realizacji czynności seksualnych zarówno traktowanych łącznie, jak i z każdym z wyżej wymienionych typów aktywności: pieszczotami ogólnymi, oralno- i manualno-genitalnymi, stosunkiem. Omawiana potrzeba nie wiąże się z wynikami skali braku satysfakcji i akceptacji przez partnera.

Grupa kobiet i mężczyzn

— analiza porównawcza

Wysokiemu poziomowi potrzeby seksualnej w obu grupach odpowiada wysoki poziom samoakceptacji i osiągniętej przyjemności oraz częstości realizacji zachowań seksualnych (traktowanych łącznie oraz podzielonych na powyższe typy aktywności). Wyniki te, podobne do uzyskanych w grupie ogółem, wskazują zatem, że wraz ze wzrostem potrzeby seksualnej rośnie częstość realizacji zróżnicowanych form zachowań seksualnych, a także towarzyszący im stopień przyjemności. Zwiększa się również samoakceptacja, przy czym płeć nie różnicuje tych tendencji.

Zależności między potrzebą seksualną a akceptacją bodźców seksualnych

Grupa ogółem

Skala bodźców seksualnych Lwa-Starowicza [12] składa się z 43 zachowań, obejmujących zróżnicowa-

Tabela 2. Korelacje między potrzebą seksualną (skala Mell-Krata) a pozostałymi zmiennymi w grupie ogółem (t kryt. = 1,96) oraz w grupie kobiet i mężczyzn (t kryt. = 1,98)

	Grupa ogółem		Kobiety		Mężczyźni	
	r	t	r	t	r	t
Oczekiwanie seksualne (suma)	0,174	2,480	0,175	1,755	0,057	0,565
Kolejne oczekiwanie seksualne:						
25	0,150	2,136	0,215	2,183	-0,071	-0,708
26	0,238	3,449	0,380	4,069	0,113	1,124
27	-0,090	-1,269	0,210	-2,127	0,030	-0,301
28	-0,003	-0,049	0,075	-0,743	-0,032	-0,315
29	0,186	2,670	0,254	2,595	0,063	0,624
30	0,036	0,500	0,032	-0,320	0,124	1,241
31	0,181	2,594	0,176	1,765	0,051	0,502
32	0,141	2,001	0,282	2,906	0,026	-0,253
Skale z testu LoPiccolo						
• Dyssatisfakcja	-0,130	-1,850	0,158	-1,586	-0,166	-1,672
• Samoakceptacja	-0,351	-5,282	0,313	-3,259	-0,241	-2,456
• Akceptacja przez partnera	-0,030	-0,417	0,146	-1,463	-0,130	-1,302
• Osiągana przyjemność	0,488	7,875	0,526	6,128	0,263	2,700
Częstotliwość realizacji zachowań seksualnych (suma)	0,384	5,850	0,435	4,780	0,283	2,921
Częstotliwość realizacji kolejnych typów zachowań:						
• Pieszczoty ogólne	0,309	4,565	0,315	3,281	0,215	2,183
• Manualno-genitalne	0,263	3,834	0,313	3,266	0,201	2,035
• Oralno-genitalne	0,262	3,819	0,320	3,344	0,240	2,452
• Coitus	0,318	4,721	0,390	4,193	0,153	1,531

r — macierz korelacji między czynnikami; t — macierz współczynników testu t -Studenta

ne formy aktywności seksualnej, od pieszczot ogólnych, pobudzania sfer erogennych, poprzez oralizm, różnorodne pozycje w czasie stosunku, do zachowań z pogranicza normy i patologii. Badani oceniali każde z zachowań pod względem akceptacji w 4-punktowej skali: 1 — nie odpowiada mi; 2 — odpowiada mi przeciętnie; 3 — odpowiada mi; 4 — bardzo to lubię. Stopień akceptacji bodźców skorelowano z poziomem potrzeby seksualnej (tab. 3).

Potrzeba seksualna dodatnio koreluje z akceptacją bodźców seksualnych (suma odpowiedzi na 43 bodźce). Obliczono również zależności między omawianą potrzebą a poszczególnymi bodźcami. Wyniki wskazują na brak korelacji ujemnych. Potrzeba seksualna dodatnio koreluje ze zdecydowaną większością bodźców, przy czym rozkład tych zależności obejmuje te same grupy bodźców, co w skali LoPiccolo i Stegera, czyli pieszczoty ogólne (w teście Lwa-Starowicza bodźce nr 3–5), manualno-genitalne (6–10, 37), oralno-genitalne (11, 12, 35), stosunek (14, 16, 18) we wszystkich pozycjach oprócz klasycznej (22–26) oraz dodatkowo: fantazjowanie (30), wrażenia zapachowe (41, 42), Carreza (43) i mastur-

bację (38). Struktura tej skali jest bardziej zróżnicowana, dzięki czemu jej wyniki dają pełniejszy obraz wzajemnych zależności między potrzebą seksualną a aktywnością seksualną na poziomie konkretnych zachowań. Rezultaty te wskazują, że wzrostowi potrzeby seksualnej towarzyszy przyzwolenie na bardziej urozmaicone życie seksualne obejmujące różnorodne formy kontaktu seksualnego, niepozbawione również elementów gry wstępnej. Nie jest zatem tak, że wysoki poziom potrzeby seksualnej skłania do jej szybkiego i prostego redukowania. Uzyskane przez autora dane wskazują raczej, że stanowi ona rodzaj fundamentu, na którym można budować ciekawe i zróżnicowane życie seksualne. Warto zwrócić uwagę na brak zależności między potrzebą seksualną a seksem grupowym (31, 32). Może to świadczyć o tym, że wymienione wyżej formy kontaktów mogą być traktowane w kategoriach wzmacniających doznania erotyczne, dopingujących do aktywności seksualnej czy kompensujących niewysoki poziom potrzeby seksualnej. Jest to tylko sugestia, ponieważ nie ma korelacji ujemnych między omawianymi czynnikami.

Tabela 3. Korelacje między potrzebą seksualną (skala Mell-Krata) a akceptacją bodźców seksualnych w grupie ogółem (t kryt. = 1,96) oraz w grupie kobiet i mężczyzn (t kryt. = 1,98)

	Grupa ogółem		Kobiety		Mężczyźni	
	r	t	r	t	r	t
Akceptacja bodźców seksualnych (suma)	0,543	9,103	0,566	5,826	0,530	6,969
Akceptacja kolejnych bodźców seksualnych:						
1	-0,007	-0,105	0,028	0,273	0,158	1,588
2	0,071	0,995	0,077	0,764	0,296	3,068
3	0,268	3,911	0,295	3,060	0,208	2,105
4	0,395	6,058	0,357	3,786	0,297	3,082
5	0,276	4,041	0,141	1,408	0,337	3,540
6	0,371	5,617	0,398	4,292	0,165	1,660
7	0,500	8,132	0,465	5,201	0,378	4,043
8	0,211	3,045	0,206	2,081	0,125	1,242
9	0,296	4,357	0,312	3,251	0,150	1,504
10	0,262	3,813	0,213	2,161	0,167	1,677
11	0,312	4,617	0,301	3,128	0,210	2,125
12	0,444	6,968	0,459	5,119	0,243	2,478
13	0,311	4,597	0,321	3,354	0,197	1,984
14	0,350	5,254	0,355	3,759	0,082	0,814
15	0,126	1,788	0,222	2,255	0,015	0,145
16	0,233	3,370	0,264	2,708	0,061	0,600
17	-0,030	-0,415	0,011	0,104	-0,108	-1,071
18	0,277	4,057	0,368	3,914	-0,047	-0,466
19	0,084	1,186	0,113	1,121	0,258	2,645
20	0,213	3,062	0,189	1,906	0,220	2,234
21	-0,083	-1,174	-0,189	-1,910	0,148	1,480
22	0,248	3,606	0,139	1,392	0,252	2,579
23	0,189	2,709	0,182	1,828	0,140	1,398
24	0,312	4,617	0,287	2,963	0,191	1,928
25	0,337	5,036	0,304	3,156	1,141	1,408
26	0,288	4,226	0,188	1,890	0,348	3,671
27	0,229	3,307	0,347	3,664	-0,164	-1,642
28	0,003	0,046	0,048	0,479	0,184	1,854
29	0,268	3,915	0,317	3,314	0,078	0,773
30	0,332	4,954	0,383	4,105	0,256	2,624
31	0,123	1,743	0,050	0,498	0,069	0,687
32	0,096	1,350	0,012	0,118	0,020	0,202
33	0,071	0,995	0,102	1,016	0,004	0,043
34	0,077	1,087	0,214	2,170	-0,074	-0,737
35	0,198	2,838	0,327	3,421	-0,018	-0,182
36	0,332	4,948	0,314	3,277	0,249	2,550
37	0,225	3,252	0,223	2,265	0,100	0,990
38	0,192	2,757	0,276	2,847	0,049	0,489
39	0,085	0,497	0,212	2,149	-0,137	-1,373
40	0,000	-0,002	0,129	1,286	-0,131	-1,305
41	0,256	3,719	0,390	4,196	0,205	2,077
42	0,336	5,013	0,364	3,866	0,272	2,795
43	0,249	3,612	0,309	3,219	0,034	0,339

r — macierz korelacji między czynnikami; t — macierz współczynników testu t-Studenta

Grupa kobiet i mężczyzn

— analiza porównawcza

Potrzeba seksualna w obu grupach dodatnio koreluje z akceptacją bodźców seksualnych (suma odpowiedzi na 43 bodźce). Zbadane zależności między potrzebą seksualną a poszczególnymi bodźcami w zasadzie pokrywają się z wynikami w grupie ogółem, to znaczy obejmują takie same grupy bodźców, przy czym zależności w grupie kobiet są pełniejsze i bardziej zróżnicowane. Omawiana potrzeba koreluje w tej grupie z 28 bodźcami, natomiast w grupie mężczyzn — z 16. Na te różnice wpłynął fakt, że tylko u kobiet potrzeba seksualna wiąże się między innymi z większą ilością pieszczot manualno-genitalnych (6, 8–10), przewagą własnej i wzajemnej aktywności we współżyciu (27, 29), Carreza (43) i masturbacją (38, 39). Wyniki te wskazują, że u kobiet wraz ze wzrostem potrzeby seksualnej zwiększa się również otwartość na rozbudowane formy kontaktu seksualnego w większym stopniu niż u mężczyzn. Przy czym chodzi raczej o szeroko rozumianą satysfakcję seksualną, niż o doznania czysto orgastyczne (tylko w grupie kobiet nie ma korelacji między ich potrzebą seksualną a orgazmem [nr 19]).

Ogólnie można stwierdzić, że kobiety z wysokim poziomem potrzeby seksualnej są skłonne do urozmaicania aktywności seksualnej zarówno na płaszczyźnie partnerskiej, jak i autoerotycznej. Natomiast mężczyźni posiadający duże potrzeby seksualne raczej ograniczają i skracają kontakt seksualny, przy czym nie występują u nich skłonności do zachowań masturbacyjnych, o czym świadczy między innymi brak korelacji między potrzebą seksualną a onanizmem i Carreza.

Wnioski

Ogólnie wysoki poziom potrzeby seksualnej w całej badanej grupie był wyższy u kobiet niż u mężczyzn. Autor sugerował, że może to wynikać z nieumiejętności jej zaspokojenia w czasie kontaktu seksualnego. Potrzeba seksualna dodatnio koreluje z oczekiwaniami seksualnymi w małżeństwie, samoakceptacją na płaszczyźnie seksualnej, częstością i przyjemnością realizacji zachowań seksualnych. Różnice między płciami polegały głównie na tym, że w grupie kobiet wzrostowi potrzeby seksualnej z jednej strony odpowiada wzrost oczekiwań seksualnych w małżeństwie, przy jednoczesnym spadku znaczenia norm moralnych, z drugiej zaś — rośnie akceptacja zróżnicowanych form kontaktu seksualnego.

Piśmiennictwo

1. Lew-Starowicz Z. Leczenie nerwic seksualnych. PZWL, Warszawa 1991.
2. Braun-Galkowska M. Miłość aktywna. Psychiczne uwarunkowania pochodzenia małżeństwa. Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa 1980.
3. LoPiccolo J., Steger J.C. The sexual interaction inventory: a new instrument for assessment of sexual dysfunction. W: LoPiccolo J. red. Handbook of sex therapy. Plenum Press, New York and London 1978.
4. Obuchowski K. Psychologiczne problemy seksuologii. W: Imieliński K. red. Seksuologia społeczna. Zagadnienia psychospołeczne. PWN, Warszawa 1977.
5. Imieliński K. Zarys seksuologii i seksiatrii. PZWL, Warszawa 1986.
6. Masters W.H., Johnson V.E. Współżycie seksualne człowieka. PZWL, Warszawa 1975.
7. Ślósarz W. Masturbation fixation and the problem of adaptation to heterosexual partnership: a few implications. *Sexual and Marital Therapy* 1992; 7: 3.
8. Renisch J.M., Beasley R. The Kinsey Institute new report on sex. What you must to know to be sexually literate. Penguin Books, London 1991.
9. Masters W.H., Johnson V.E., Kolodny R.C. Masters and Johnson on sex and human loving. Little Brown and Company, Boston 1982.
10. Brandell J., Nol J. Hypersexuality as disorder of the self. *Psychoterapy Patient* 1992; 8: 1–2.
11. Riley A.J. Premenstrual hypersexuality. *Sexual and Matirial Therapy*. 1994; 9 (1).
12. Lew-Starowicz Z. Seksuologia sądowa. Wyd. Prawnicze, Warszawa 1988.